

臨床心理士の資格を取得して——10 期生（平成 28 年度修了生）

半田 有子

1. はじめに

そもそも臨床心理士の資格を取るために大学院に入ってはいますが、修了してからの方が切実に欲しい資格になりました。というのも、職場で「心理学の観点から意見が述べたいし、聞いてもらいたい」と思った時に、臨床心理士という看板なしでは耳を傾けてもらうことが難しいと感じたからです。看板だけで仕事はできないにしても、専門性があると認めてもらうためにも、自身の向上のためにも、取得を目指したい資格でした。

2. 一次試験の準備と当日

（1） 情報収集

院生の時に西谷先生主催の講座に出ていた同期から、公開されている試験問題が難しく歯が立たないと聞いていました。修了後に自分で解いてみてその通りだったので、さすがに焦りました。そこで、未公開の問題を含めた全体的な出題構成を知るために、WEBで情報を集めました。その結果、大まかな出題傾向が把握できたと同時に、この資格試験に並々ならぬ情熱をかけている人たちの書きこみを目にするようになりました。簡単な試験ではないと改めて思い知らされ、気持ちが沈んだのが春の終わりくらいです。

（2） 勉強開始まで

修了した年は先述の講座にはほぼ出席しました。しかし、夏までは忙しさを言い訳に勉強せず、過去問でも点数は取れていませんでした。睡眠時間を2時間程度減らして勉強するようになったのは、夏の終わり頃です。2 人のわが子に「今日からテストの日まで、お母さんは遅く寝ます。」と伝え、ひとりの時間を

作って勉強に充てました。下の子が小学校 1 年生になっていたこと、近くに住む両親の理解と援助があったこと、週 5 日の勤務ではあっても職場が近かったことなど、恵まれていた面も多かったと思います。加えて、大学院の同期の面々（こつこつと勉強を始めていた人、日々のハードな仕事の合間に勉強している人、情報通で気前よく情報をくれる人など）のおかげで自分を追い込むことができました。友人の存在があったからどうにか頑張れたようなものです。

（3） 実践内容

手始めに、10 年分の公開済み過去問で確実に正解を選べることを目標にしました。それがクリアできたら、試験直前までの期間で知識を派生的に深めようと考えていました。たとえば、理解が浅い投影法については、講義のテキストとノートを読んだ上で、過去問を繰り返しました。インターネット上にある多数のロ・テの過去問のうち、解説付きのものは参考にして知識を補強しました。そして検査や質問紙については、可能ならば検査器具とか実際の質問紙に触れてイメージを固めました。何より、指導教員の日高先生が初学者向けにわかりやすく教えてくださるので大変有難かったです。ご教授いただくと必ず自分の学び足りなさを痛感するので、もっと知識を吸収したいと思う気持ちが高まりました。最後に、その他の暗記に関しては、過去問を繰り返し解いて覚えることにしました。大問 1 にいつか登場するかもしれない、と思いながら解いていたように思います。西谷先生がおっしゃった「こういうのは有限だから」というお言葉も少しだけ心の支えになりました。

(4) 一次試験当日

本番のマークシートの試験は、初見で「さっぱりわからない」と感じた問題が多かったのもあって、100問目にたどり着いた時点で30分残っていました。その時間を5択から1択に決めきれない問題とケアレスミス探しに充てて、テストを終えました。友人と昼食を取りながら「全然出来なかった!」と笑い飛ばし、午後の論述試験に向けて心をリセットしました。書いても無駄なのでは?とよぎる疑念は封印しました。

予想外に、論述の後半部分が走り書きになってしまい焦りました。構成にかける時間配分のミスと、字間の広さに手こずった結果です。自分にとって馴染みのある単語やフレーズで原稿用紙を埋めていきました。余裕がある方には何度か実践形式で練習しておくことをお勧めします。

3. 二次試験の準備と当日

二次の口述面接試験の直前に、何人もの先生方からご助言をいただくことができました。特に、オリエンテーションについて心配してくださった牧先生のお陰で、面接に臨む心構えと、未知の言い回しに対する耐性ができました。大変感謝しております。

二次試験当日は、開始前に同期や先輩方と一堂に会して、笑顔で話せる時間が持てたのがとてもうれしかったです。それを経ての面接試験本番ですが、対峙する面接官おふたりに真摯に答えるしかないという諦めにも似た気持ちになりました。しかし、矛盾すること、やり取りを通して自分なりのビジョンとスタンスについて述べる間は不思議と居心地良さを感じた気もします(結果論かもしれませんが)。10分程度、緊張感がありながらも守られている雰囲気の中に居た経験は非常に貴重だったと思い返します。

本音を言うと直前指導以外の面接対策があるのかわかりません。ただ、普段からご指導

の下ケースに取り組むこととか、内省しておくこととかの地道な努力が、面接官との相性だけで水泡に帰すことは無いと信じたいです。

4. 資格を取って変わったこと

臨床心理士資格を使って転職したので、当然のことながら仕事内容は専門的になりました。4月からS市の教育委員会に勤務し、幼保と小中学校を訪問して依頼された検査とか面談とかを行っています。先生方や保護者との関わりでは、関係性を意識しています。院を修了したばかりかどうかは無関係に、専門家である臨床心理士として期待されるレベルがあり責任がついて回るので、なかなか大変な職種です。

忙しさは、院生の時と変わっていません。上の子は、私がまだ院を卒業できていないと思っているくらいです。土日でもケースや研修や勉強会があるので体力的に楽ではなく、何より家族を置いて修行に出掛ける後ろめたさは結構大きいです。ですが、WISC-IVを取る度に日高先生に所見のSVをお願いし、修了した院で引き続きご指導いただけることに感謝しかありません。

臨床心理士資格を取って、大変さに見合うだけのやりがいを感じます。ニーズも多いです。しかも、新たにお会いするようになった臨床心理士の先輩方やSVの先生方の話は興味深く、自然と向上心も刺激されます。諸先輩方を見ていて、バランス感覚や覚悟や客観視する力が必要で、一生の仕事にできる人は限られているのではないかと、というのが個人的な感想です。厳しい道かもしれませんが、心理臨床の専門家として今後ますます研鑽を積んで、社会に還元していけたらと思います。

※公認心理師資格も取得したいです・・・!